<u>Shalat Dhuha, Nasibmu Kini</u>

Oleh: Achmad Faisol

Blog: http://achmadfaisol.blogspot.com

Email: achmadfaisol@gmail.com

Di sub bab 1.4b (Doa adalah Visi dan Misi) telah kita ulas tentang Hukum Tarik-Menarik *(The Law of Attraction)* oleh ilmuwan Fisika Quantum. Salah satu ringkasan rahasia Hukum Tarik-Menarik adalah “Untuk menarik uang, berfokuslah pada kekayaan.”

Mario Teguh menasihatkan, “Hukum Tarik-Menarik berkata bahwa kalau kita fokus pada kekayaan, maka semesta akan menarik kekayaan untuk kita. Kalau kita selalu berpikir hal-hal baik, maka kebaikanlah yang akan diwujudkan untuk kita. Oleh karena itu, berpikir dan fokuslah untuk mendapatkan uang sebanyak-banyaknya dengan cara-cara yang tetap dalam kebaikan.”

Sekarang mari kita perhatikan lagi ajaran agama kita. Sebelum ilmuwan, motivator dan konsultan berpesan seperti tersebut di atas, bukankah doa ketika selesai shalat Dhuha sudah mengajarkan kita untuk berpikir dan bersikap seperti itu?

Coba kita telaah lagi doa setelah shalat Dhuha sebagai berikut:

اللَّهُمَّ إِنَّ الضُّحَاءَ ضُحَاؤُكَ وَالْبَهَاءَ بَهَاؤُكَ وَالْجَمَالَ جَمَالُكَ وَالْقُوَّةَ قُوَّتُكَ وَالْقُدْرَةَ قُدْرَتُكَ وَالْعِصْمَةَ عِصْمَتُكَ اللَّهُمَّ إِنْ كَانَ رِزْقِيْ فِى السَّمَاءِ فَأَنْزِلْهُ وَإِنْ كَانَ فِى الْأَرْضِ فَأَخْرِجْهُ وَإِنْ كَانَ مُعْسَرًا فَيَسِّرْهُ وَإِنْ كَانَ حَرَامًا فَطَهِّرْهُ وَإِنْ كَانَ بَعِيْدًا فَقَرِّبْهُ بِحَقِّ ضُحَائِكَ وَبَهَائِكَ وَجَمَالِكَ وَقُوَّتِكَ وَقُدْرَتِكَ وَعِصْمَتِكَ آتِنِيْ مَا أَتَيْتَ عِبَادَكَ الصَّالِحِيْنَ

رَبَّنَآ ءَاتِنَا فِى ٱلدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِى ٱلْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ ٱلنَّارِ

وَصَلَّى اللهُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَسَلَّمَ سُبْحَٰنَ رَبِّكَ رَبِّ ٱلْعِزَّةِ عَمَّا يَصِفُوْنَ وَسَلاَمٌ عَلَى ٱلْمُرْسَلِيْنَ وَٱلْحَمْدُ للهِ رَبِّ الْعٰـلَمِيْنَ

Ya Allah, sesungguhnya waktu dhuha itu waktu-Mu; cahaya cemerlang, keindahan, kekuatan, kekuasaan dan penjagaan, semua itu adalah hak yang ada pada-Mu. Ya Allah, bilamana rezeki hamba masih di langit maka turunkanlah, apabila masih berada di dalam bumi maka keluarkanlah, jika susah mencapainya maka mudahkanlah, bila ada yang haram maka sucikanlah dan jika masih jauh maka dekatkanlah; dengan hak-Mu atas waktu dhuha, cahaya cemerlang, keindahan, kekuatan, kekuasaan dan penjagaan-Mu; anugerahkanlah kepada hamba seperti yang telah Engkau anugerahkan kepada hamba-hamba-Mu yang shaleh.

Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat dan peliharalah kami dari siksa neraka. Semoga shalawat/rahmat dan kasih sayang tercurah kepada junjungan kami Nabi Muhammad saw. beserta keluarga dan sahabat beliau. Maha Suci Tuhanmu Yang mempunyai keperkasaan dari apa yang mereka katakan. Dan kesejahteraan dilimpahkan atas para rasul. Dan segala puji bagi Allah Tuhan seru sekalian alam, amin.

Sungguh, agama kita telah mengajarkan semua hal, jauh sebelum para ilmuwan, konsultan dan motivator mengatakannya. Dengan anjuran agama untuk shalat Dhuha, serta bukti ilmiah dan logis yang ada, apakah kita masih mengabaikan shalat Dhuha? Apakah kita masih menganggapnya tidak perlu dan tidak penting? Apakah kita masih didera rasa malas untuk melaksanakannya?

Sebagai catatan, perlu diingat bahwa kita tidak boleh shalat Dhuha dengan niat agar mendapatkan banyak rezeki. Shalat Dhuha tetap diniatkan untuk beribadah, mengabdi kepada-Nya, sesuai anjuran Rasulullah saw. Doa setelah shalat itulah yang kita niatkan untuk memohon kelancaran rezeki yang halal, berlimpah dan barakah. Selain uang dan perhiasan, rezeki juga bisa berarti kesehatan, keluarga SAMARA *(sakinah, mawaddah wa rahmah),* nilai bagus dan sebagainya.

Kapan waktu pelaksanaan shalat Dhuha bisa dimulai? Shalat Dhuha bisa dikerjakan setelah matahari terbit setinggi galah. Apabila diukur dalam satuan menit, kira-kira 25 (dua puluh lima) menit setelah matahari terbit. Saat ini sudah banyak dicetak pedoman shalat untuk waktu abadi dan

kalender yang mencantumkan waktu-waktu shalat, imsak, terbit matahari dan Dhuha.

Dari penjelasan di atas, berarti shalat Dhuha bisa dilaksanakan sebelum kita berangkat ke kantor, sekolah atau kuliah. Namun, jika kita berangkat ke kantor pagi-pagi benar—sebelum waktu Dhuha—karena jarak yang cukup jauh atau waktu tempuh yang lama, maka shalat Dhuha bisa dilakukan di kantor, sebelum jam kerja. Bagi para pelajar dan mahasiswa, shalat Dhuha dapat dilakukan pada jam istirahat.

Mungkin ada di antara kita yang berkata, “Kalau saya shalat Dhuha di sekolah, kampus atau kantor, saya kuatir akan timbul sifat riya’. Saya takut dipuji teman-teman dan akhirnya ibadah saya karena mereka, bukan karena Allah. Nanti kan saya tidak mendapat apa pun. Saya juga kuatir dikatakan sok alim, padahal saya kan bukan orang alim. Saya bukan ustadz, apalagi kyai. Saya pun belum menunaikan ibadah haji. Cukup melaksanakan shalat fardhu sajalah.”

Itulah salah satu cara setan untuk mencegah kita melaksanakan ibadah. Setan memang punya berjuta jurus untuk menaklukkan kita. Salah satunya yaitu membisiki kita bahwa kalau kita melaksanakan ibadah yang tidak dilaksanakan orang lain, maka kita akan mudah terjangkit penyakit hati berupa riya’ dan ‘ujub. Kalau kita malah tidak shalat Dhuha karena takut riya’ dan ‘ujub, berarti setan telah berhasil, dan kita kalah dibuatnya. Solusinya adalah tetaplah menjalankan shalat Dhuha, sambil menata hati dan memohon kepada Allah agar menjaga kita dari godaan setan. Imam al-Fudhail bin Iyadh memberi petuah bijak,

تَرْكُ الْعَمَلِ لأَجْلِ النَّاسِ رِيَاءٌ وَالْعَمَلُ لأَجْلِ النَّاسِ شِرْكٌ وَالإِخْلاَصُ أَنْ يُعَافِيَكَ اللهُ مِنْهُمَا

“Meninggalkan amal karena manusia adalah riya’ dan berbuat amal karena manusia adalah syirik. Ikhlas adalah apabila engkau diselamatkan Allah dari keduanya.”

Syaikhul Islam Ibnu Taimiyah memberi nasihat, “*Iyyâka na‘budu* menolak penyakit riya’, sedangkan *iyyâka nasta‘în* menolak penyakit ‘ujub dan takabur.”

Shalat Dhuha tidak ada hubungannya dengan sebutan Haji, Ustadz, Kyai, Ajengan, Buya, Tuan Guru, Syaikh, Ulama atau yang lain. Shalat itu antara kita dengan Allah. Shalat Dhuha dianjurkan oleh Nabi tercinta, Muhammad saw.

Kita shalat bukan untuk mendapat julukan "orang alim". Kita shalat semata-mata karena-Nya. Kalau omongan teman membuat kita tidak shalat, justru itu menunjukkan bahwa kita shalat karena mereka (riya'). Kita rajin shalat karena pujian, dan tidak shalat karena cemoohan.

Apakah diri kita memang seperti itu? Tentu tidak, kan? Bukankah kita telah berikrar bahwa shalat, ibadah, hidup dan mati kita hanya untuk Allah? Dan jika memang kita beralasan malu untuk shalat di sekolah, kampus atau kantor; apakah ketika libur, kita selalu shalat Dhuha di rumah?

Dzun Nun al-Mishri berfatwa bahwa kerusakan masuk pada diri manusia melalui enam perkara, yaitu:

- Lemahnya niat untuk berbuat amal akhirat.
- Badan yang dijadikan jaminan untuk nafsu.
- Angan-angan panjang menguasai diri, padahal ajal sangat dekat.
- Lebih mengutamakan keridhaan makhluk daripada keridhaan Allah.
- Mengikuti kemauan hawa nafsu dan meninggalkan sunnah Nabi dengan diletakkan di belakang punggung.
- Menjadikan ketergelinciran lidah sebagai argumen membela diri dan pada sisi lain mengubur sebagian besar perilaku.

Bisa jadi ada alibi lain yang kita ungkapkan, "Wah, saya sibuk sekali, mana sempat shalat Dhuha… Saya seorang profesional dan aktif di berbagai organisasi. Selain itu saya sering ke luar kota. Bisa dimaklumilah kalau saya sangat jarang shalat Dhuha."

Seandainya saja setelah shalat Dhuha, untuk **setiap rakaat** yang kita kerjakan, Allah langsung menghadiahi kita uang tunai Rp 100 juta, apakah kita masih mengatakan tidak sempat?

Kalau kita mau bersabar menunggu cairnya tabungan pensiun, mengapa kita tidak mau sedikit bersabar lagi menunggu cairnya tabungan akhirat? Bukahkah jarak antara kita pensiun dari kerja (usia 55 tahun) dan pensiun dari kehidupan ini tidak lama, rata-rata sekitar 10-15 tahun saja?

Barangkali kita akan mengemukakan argumentasi lain, "Sebenarnya saya ingin sekali shalat Dhuha. Tapi, gimana ya? Ya…, begitulah, tahu sendirilah bagaimana kondisi saya. Sejujurnya, sedih juga tidak bisa melaksanakannya."

Menjawab alasan kita tersebut, marilah kita perhatikan pesan Ibnu Athaillah berikut ini:

الْحُزْنُ عَلَى فُقْدَانِ الطَّاعَةِ مَعَ عَدَمِ النُّهُوْضِ إِلَيْهَا مِنْ عَلاَمَاتِ الْإِغْتِرَارِ

Sangat sedih karena tidak dapat menjalankan ketaatan kepada Allah, akan tetapi merasa malas melakukannya adalah tanda ia terperdaya oleh setan.

Kesedihan seperti ini adalah kesedihan palsu. Kita merasa sedih tetapi kita malas. Kita merasa rugi tetapi kita tinggalkan. Kita merasa tertinggal tetapi kita tidak mengejarnya. Kita ingin bangkit berdiri tetapi kita berada dalam mimpi pulas dan terbuai pula.

Andaikata kesedihan kita sampai menangis mencucurkan air mata diiringi penyesalan, akan tetapi tidak dengan usaha untuk mencapai apa yang menjadi kewajiban kita sebagai hamba Allah, maka tangis dan penyesalan itu akan tinggal penyesalan belaka. Kita seharusnya berusaha untuk mencari kesempatan atau mempergunakan kesempatan, bukan dibelenggu oleh rasa senang mengikuti panggilan hawa nafsu.

Tentang anjuran shalat Dhuha, Sahabat Abdurrahman bin Shakhr ra. atau yang lebih kita kenal dengan panggilan Abu Hurairah ra. telah menceritakan hadits berikut ini:

أَوْصَانِي خَلِيْلِي بِثَلاَثٍ لاَ أَدَعُهُنَّ حَتَّى أَمُوْتُ صَوْمِ ثَلاَثَةِ أَيَّامٍ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ وَصَلاَةِ الضُّحٰى وَنَوْمٍ عَلَى وِتْرٍ

Aku telah dipesan oleh junjunganku (Nabi Muhammad saw.) tiga hal supaya tidak aku tinggalkan sampai mati, yaitu puasa pada tiap bulan selama tiga hari, shalat Dhuha dan tidur setelah shalat Witir.

(Muttafaq ‘alayh)

Yang dimaksud puasa tiga hari setiap bulan yaitu tanggal 13, 14 dan 15 bulan Qamariah. Puasa ini disebut puasa hari terang atau hari putih *(yawm al-bîdh).* Sedangkan tidur setelah shalat Witir maksudnya tidak tidur sebelum melakukan shalat Witir.

Jumlah rakaat shalat Dhuha minimal 2 (dua) rakaat, dan maksimal 8 (delapan) rakaat—dengan empat kali salam (satu shalat 2 rakaat). Ada juga pendapat maksimal 12 (dua belas) rakaat. Adapun surah yang dibaca, untuk rakaat pertama QS as-Syams [91] dan rakaat kedua QS adh-Dhuhâ [93]. Bila shalat Dhuha lebih dari sekali, maka untuk shalat berikutnya, pada rakaat pertama membaca QS al-Kâfirûn [109], sedangkan QS al-Ikhlâsh [112] dibaca pada rakaat kedua. Bila ingin membaca surah yang lain juga diperbolehkan.

Begitu indah dan hebatnya waktu Dhuha, Allah bahkan pernah bersumpah atasnya.

وَٱلضُّحَىٰ

Demi adh-Dhuha (waktu matahari sepenggalahan naik).

(QS adh-Dhuhâ [93]: 1)

Adh-Dhuha dipilih berkaitan dengan wahyu-wahyu yang diterima oleh Nabi Muhammad saw. Ketika matahari naik sepenggalahan, cahayanya memancar menerangi seluruh penjuru. Cahayanya tidak terlalu terik sehingga tidak menyebabkan gangguan sedikit pun. Bahkan, panasnya memberikan kesegaran, kenyamanan dan kesehatan. Dengannya, Allah melambangkan kehadiran wahyu sebagai kehadiran cahaya matahari yang sinarnya demikian jelas, menyegarkan dan menyenangkan.

Nabi saw. menganjurkan agar pada pagi hari kita bersedekah sebanyak bilangan seluruh anggota tubuh sebagai rasa syukur kepada Allah atas semua nikmat yang telah dilimpahkan-Nya, termasuk nikmat hidup setelah mengalami tidur yang mirip mati—bahkan bisa dikategorikan saudaranya. Dua rakaat shalat Dhuha bisa mencukupi semua sedekah tersebut.

Sahabat Abu Dzar ra. berkata bahwa Nabi saw. pernah bersabda,

يُصْبِحُ عَلَى كُلِّ سُلاَمٰى مِنْ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ فَكُلُّ تَسْبِيْحَةٍ صَدَقَةٌ وَكُلُّ تَحْمِيْدَةٍ صَدَقَةٌ وَكُلُّ تَهْلِيْلَةٍ صَدَقَةٌ وَكُلُّ تَكْبِيْرَةٍ صَدَقَةٌ وَأَمْرٌ بِالْمَعْرُوْفِ صَدَقَةٌ وَنَهْيٌ عَنِ الْمُنْكَرِ صَدَقَةٌ وَيُجْزِئُ مِنْ ذلِكَ رَكْعَتَانِ يَرْكَعُهُمَا مِنَ الضُّحٰى

"Pada (tiap) pagi hari setiap persendian dari seseorang di antara kalian ada sedekahnya; setiap tasbih adalah sedekah, setiap tahmid adalah sedekah, setiap tahlil adalah sedekah, setiap takbir adalah sedekah, amar ma'ruf adalah sedekah dan nahi munkar adalah sedekah pula. Tetapi dapat mencukupi semuanya yaitu dua rakaat yang dilakukan oleh seseorang dalam shalat Dhuha." **(HR Abu Daud, Ahmad dan Muslim)**

Daftar Pustaka

Abul Qasim Abdul Karim Hawazin al-Qusyairi an-Naisaburi, asy-Syaikh, "Risalah Qusyairiyah Sumber Kajian Ilmu Tasawuf *(Ar-Risâlah al-Qusyairiyyah fî 'Ilmi at-Tashawwuf)*", Pustaka Amani, Cetakan I : September 1998/Jumadil Ula 1419

Djamal'uddin Ahmad Al Buny, "Mutu Manikam dari Kitab Al-Hikam (karya Syaikh Ahmad bin Muhammad bin Abdul Karim Ibnu Athaillah)", Mutiara Ilmu Surabaya, Cetakan ketiga : 2000

Kathur Suhardi, "Madarijus-Salikin (Pendakian Menuju Allah) – Penjabaran Kongkret *Iyyâka na'budu wa-Iyyâka nasta'în* (terjemah *Madârij as-Sâlikîn* karya Ibnul Qayyim al-Jauziyah)", Pustaka Al-Kautsar, Cetakan Kedua : Agustus 1999

Muhammad bin Ibrahim Ibnu 'Ibad, asy-Syaikh, *"Syarah al-Hikam"*

M. Quraish Shihab, Dr, "Wawasan Al-Qur'an – Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat", Penerbit Mizan, Cetakan XIX : Muharram 1428H/ Februari 2007

Rhonda Byrne, "Rahasia *(The Secret)*", PT Gramedia Pustaka Utama, Cetakan Kelima : Juni 2007

#Semoga Allah menyatukan dan melembutkan hati semua umat Islam, amin...#

Profil Penulis

Penulis lahir di Kota Pahlawan, Surabaya tanggal 20 Juni 1974 dari pasangan Bapak H.M Syakar dan Ibu Hj. Ma'sumah *rahimahumallâh*.

Setelah khatam Al-Qur'an dibimbing orang tua ketika kelas 5 SDI Iskandar Said, Kendangsari—Surabaya, penulis mendalami agama Islam di pesantren kecil di kampung halaman, yaitu Pesantren Raudhatul Muta'allimin, Kutisari Utara—Surabaya yang diasuh Ust. Drs. Damanhuri, mulai tahun 1984-1992. Di pesantren ini semua santri tidak ada yang menginap (mondok). Istilahnya santri *kalongan*, habis mengaji pulang ke rumah. Namun demikian, kitab yang dikaji adalah kitab yang diajarkan di pesantren umumnya. Waktu kuliah di Institut Teknologi Sepuluh Nopember (ITS) Surabaya—Jurusan Teknik Elektro—Telekomunikasi, penulis melanjutkan mengaji di PP Amanatul Ummah, Siwalan Kerto—Surabaya di bawah asuhan KH. Asep Saifuddin Chalim, dari tahun 1992-1997.

Saat ini penulis bekerja di Inixindo Surabaya—sebuah lembaga training di bidang Teknologi Informasi (Graha Pena Lt. 10 Suite 1005, Jl. A. Yani 88 Surabaya)—sebagai Education Manager. Selain itu juga menjadi dosen luar biasa untuk kelas sore di Jurusan Teknik Informatika—Fakultas Teknik—Universitas Dr. Soetomo (Unitomo), Jl. Semolowaru 84 Surabaya.

Adapun aktivitas dakwah yang tengah dilakukan sebagai berikut:

1. Lewat tulisan di blog dengan alamat http://achmadfaisol.blogspot.com
2. Khatib Shalat Jum'at/Hari Raya
   Penulis mengawali menjadi khatib shalat Jum'at sejak kelas 3 SMPN 13 Surabaya, lalu berlanjut saat kelas 1 SMAN 16 Surabaya hingga kini.
3. Kultum tarawih, kuliah Subuh, pengajian RT dan tasyakkuran
5. Mengisi pengajian rutin kitab "Riyadhush Shalihin" di Mushalla al-Ikhlash, Perum YKP Griya Pesona Asri, Jl. Medayu Pesona tiap Ahad I & III ba'da Maghrib

Di bidang retorika dakwah *(khithâbah)*, *alhamdulillâh* ketika kelas 2 SMA penulis pernah meraih Juara I Lomba Pidato Dakwah Tingkat SLTA se-Kodya Surabaya dalam rangka "Ramadlan fil Jami'ah" yang diselenggarakan oleh Badan Pelaksanan Kegiatan Mahasiswa (BKPM) IAIN Sunan Ampel Surabaya tahun 1991.

Kebenaran berasal dari Allah, kekurangan dari diri penulis. Semoga tulisan ini membawa manfaat dan menjadi sarana Multi Level Pahala bagi kita semua, amin. Apabila ada pertanyaan tentang tulisan ini, saran, kritik, ingin berbagi ilmu atau hal-hal lain, bisa diajukan via email: achmadfaisol@gmail.com.